

La medicación de los trabajadores afectados por ansiedad y depresión

En el Reino Unido se ha desarrollado una investigación sobre los efectos en la vida laboral de la medicación prescrita para paliar los síntomas de ansiedad y depresión. El estudio se ha centrado en grupos de personas que sufren problemas de salud mental y que han manifestado sus experiencias concretas al respecto. También se han analizado las perspectivas organizacionales que intervienen en la problemática de la salud mental en los lugares de trabajo.

Los trabajadores, en general, tienen dificultades para distinguir entre los efectos de la medicación y los síntomas derivados de la ansiedad y la depresión. Tanto los efectos de la medicación como los síntomas de mala salud mental afectan negativamente sobre el rendimiento en el trabajo. En este sentido, los participantes en el estudio han descrito una amplia variedad de accidentes o incidentes que atribuían a sus condiciones de salud o a los efectos derivados del tratamiento farmacológico correspondiente. Además, empleados con responsabilidad en relación con otras personas, como trabajadores docentes o sanitarios, presentaban riesgos particulares para la seguridad en los lugares de trabajo.

"HEALTH & SAFETY EXECUTIVE"

En el estudio se refleja que es común el abandono de la medicación debido a los efectos secundarios desagradables, la falta de mejora en los síntomas o a que en un primer momento la medicación les hacía sentir peor. En muchos casos, los empleados están **mal preparados** para seguir adecuadamente un régimen de tratamiento farmacológico y, en general, hubiesen recibido con agrado una mayor información por parte de los médicos.

La investigación ha tratado sobre los diversos aspectos relacionados con las experiencias de ansiedad y depresión y la medicación correspondiente y su influencia sobre el trabajo y la seguridad. Como culminación se han efectuado recomendaciones para una mejor práctica en el marco laboral. Las **recomendaciones** han sido las siguientes:

1 - Toma de conciencia:

Existe una necesidad generalizada de sensibilización acerca de los problemas de salud mental en los centros de trabajo y, también, de un mejor conocimiento de cómo dichas situaciones afectan a la actividad laboral. En este sentido:

- Debería ampliarse la información sobre la salud mental en el trabajo hasta cubrir

trastornos específicos, tales como la ansiedad y la depresión, explicando sus efectos sobre el rendimiento y la seguridad en el trabajo.

- Los temas de salud mental deberían integrarse en la formación sobre seguridad y salud en el trabajo para los directivos de las empresas.

2 - Prevención:

La prevención de la ansiedad y la depresión en los lugares de trabajo podría incluir medidas tales como las siguientes:

- Realización de evaluaciones de riesgos respecto a la salud mental para descubrir posibles sectores especialmente afectados entre los trabajadores de la empresa.

- Desarrollo de instrumentos válidos de medición del estrés laboral en las organizaciones.

- Recogida de información mediante cuestionarios, valoraciones, comentarios en reuniones, ausencias por enfermedad, datos de productividad, rotación en el trabajo, que debería registrarse de forma fácilmente recuperable y ser sometida a análisis y revisiones periódicas.

3 - Rehabilitación:

Una buena política respecto a los trabajadores que sufren estos trastornos o que retornan al trabajo tras una ausencia por enfermedad, requeriría acciones rehabilitadoras tales como:

-La coordinación entre los diversos niveles afectados, como dirección, recursos humanos, personal y servicios de prevención, para apoyar a los trabajadores que sufren estos trastornos mentales.

- Evaluación del riesgo relacionado con cada trabajador aquejado por tales síntomas y con la medicación correspondiente, desde el punto de vista de la seguridad.

- Establecimiento de modalidades flexibles de trabajo para acomodar las capacidades de los empleados, junto con un control cuidadoso y la revisión periódica de su carga de trabajo.

4 - Cuidados médicos:

Se podría mejorar la intervención sanitaria teniendo en cuenta que:

- Los pacientes necesitan información y un control esmerado al comienzo del tratamiento, cuando puede que la medicación todavía no mejore los síntomas o, incluso, puede hacer que se sientan temporalmente en peores condiciones.

- Los pacientes necesitan, también, más tarde información y revisiones periódicas, cuando ya se sienten mejor y tienen la tentación de abandonar la medicación prematuramente.

- Los doctores deben explorar las actitudes y creencias de sus pacientes respecto a la medicación, saliendo al paso de cualquier idea falsa al respecto.

- Existe la necesidad de disponer de informaciones escritas accesibles para los trabajadores que expliquen las acciones esperadas del tratamiento médico, el impacto sobre el rendimiento laboral y la seguridad y sobre lo que pudieran esperar en relación con la mejora de los síntomas.

- Es precisa una conexión mayor entre los profesionales de cuidados médicos y los empresarios durante la rehabilitación de trabajadores que sufren de ansiedad y depresión, para apoyar en la evaluación de riesgos.

En conclusión, el estudio describe cómo los trabajadores relacionan sus alteraciones de salud mental con la disminución de rendimiento,

*los accidentes y la satisfacción en el trabajo. Hace falta que los empresarios se convenzan de que las medidas de prevención y rehabilitación conducirán a obtener **beneficios** sociales y financieros significativos, al mejorar la productividad y la moral del conjunto de los empleados y reducir el número de accidentes, el absentismo laboral y los índices de rotación del personal. El éxito de un **enfoque preventivo y rehabilitador** depende de una buena coordinación interna entre todos los niveles de la empresa afectados y, a su vez, con los profesionales de cuidados médicos externos.*

